Fettreiche Ernährungsweise als Risiko-Faktor für Brustkrebs?

3. November 2008



(Last Updated On: 4. Mai 2013)

Ergebnisse der EPIC-Studie: Wenig Fett, aber Brot und Saft, Obst und Gemüsekonsum ohne Einfluss auf das Brustkrebsrisiko?

In einer Pressemeldung vom 28.10.2008 weist das Deutsche Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (DIfE) darauf hin, dass nach den Daten der EPIC*-Potsdam-Studie (EPIC = **E**uropean **P**rospective **I**nvestigation into **C**ancer and Nutrition) bei erhöhtem Verzehr von Butter, Margarine, verarbeitetem Fleisch und Fisch und gleichzeitig geringem Brot- und Fruchtsaftkonsum das Brustkrebsrisiko erhöht sei.

Verschiedene in den 1980er Jahren durchgeführte Tier- und Humanstudien ließen einen Zusammenhang zwischen einer erhöhten Fettaufnahme, der Aufnahme gesättigter Fettsäuren und dem Brustkrebsrisiko vermuten. Folgestudien führten jedoch zu widersprüchlichen Ergebnissen, wobei die jüngsten Resultate eher darauf hinweisen, dass die in den 1980er Jahren aufgezeigten Beziehungen auch heute noch gültig sind.

Zur Klärung des Sachverhaltes wertete ein Forscherteam die Daten von 15.351 Teilnehmerinnen mit einem neuen statistischen Ansatz aus. In der Gruppe von Frauen, die **gleichzeitig viel verarbeitetes Fleisch, Fisch, Butter oder andere tierische Fette sowie Margarine verzehrten, dafür aber wenig Brot und Fruchtsäfte konsumierten, traten *im Verlauf von 6 Jahren etwa doppelt so viele Brustkrebserkrankungen auf wie in der Vergleichsgruppe*, die sich gegenteilig ernährte.** Damit identifizierten die Wissenschaftler ein Ernährungsmuster, das mit einem erhöhten Risiko für Brustkrebs verbunden ist. Die beobachtete Risikobeziehung war unabhängig vom Körpergewicht der Frauen. Ebenso spielte es keine Rolle, ob sich die Frauen vor oder in der Menopause befanden oder ob sie eine Hormonersatztherapie bekamen.

„Nach unseren Ergebnissen haben Frauen ein höheres Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, wenn sie sich nach einem Ernährungsmuster ernähren, das durch eine hohe Fettaufnahme charakterisiert ist. Dieser Befund bestätigt sowohl die älteren Daten als auch die erst kürzlich publizierten Befunde anderer prospektiver Studien. Ob sich dieser Trend bei neueren Befunden fortsetzt und ob negative oder positive Effekte bestimmten Fettsäurearten zugeordnet werden können, werden die nächsten Monate zeigen. Auffällig ist auch, dass jüngste Studien mit Brustkrebspatientinnen auf günstige Effekte einer

fettarmen Ernährung hinweisen“, so wird Heiner Boeing vom DIfE in Potsdam zitiert. An der von Heiner Boeing geleiteten Potsdamer EPIC-Studie nehmen 27.548 Frauen und Männer im Alter zwischen 35 und 65 Jahren teil.

Weiterlesen:

Novemberausgabe der Fachzeitschrift British Journal of Nutrition: Identification of a dietary pattern characterized by high-fat food choices associated with increased risk of breast cancer: the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC)-Potsdam Study (Abstract Schulz, M. et al., 2008, 100:942-946).

Consumption of Vegetables and Fruits and Risk of Breast Cancer: Von der gleichen Forschergruppe war 2005 ebenfalls im Rahmen der EPIC-Studie bereits das Ergebnis, dass viel Obst und Gemüse das Brustkrebsrisiko **nicht** senke, publiziert worden. Die Originalpublikation ist heute online frei verfügbar: http://jama.ama-assn.org/cgi/reprint/293/2/183.pdf.

Foto: Muffet, Creative Commons